

«**N**o m'agrada creure que el món de la pastisseria és quadrícula; hi ha pastissos amb els quals sempre quedem bé en un aniversari; una beguda ben feta a casa pot formar part perfectament d'un esmorzar, unes postres o un berenar». Són algunes de les reflexions que Gessamí Caramés (l'Ametlla de Mar, 1992), pastissera i corepresentadora del programa de sobretaula *Cuines* de TV3, recull en el seu últim llibre *Meleta de romer* (Cossetània), i que ahir al migdia va visitar el Mercat Central de Tarragona –coincidint amb els quatre anys de la inauguració del nou edifici– per signar exemplars.

«La veiem cada dia per la televisió després de dinar quan fa les postres», explicava Pasqual amb el llibre dedicat entre les mans, qui reconeixia que «li he demanat que el dediqués al meu consogre perquè és molt aficionat a fer pastissos. Serà per fer-li un obsequi».

Així, la calera regala en el llibre més d'una setantena de receptes, començant per la base de les llepolies, «sense les quals considero que no es pot entendre la pastisseria tradicional ni tampoc la moderna». «Les masses i els farcits són el més important dintre del món de la pastisseria. Quant a masses podem trobar la típica massa pastada de pa o de brioi; les escaldades amb les quals podem fer profiteroles; les friables com les de galetes; i per últim les batudes com les de pa de pessic», enumera Gessamí Caramés.

I a partir d'aquí, què? «S'obren tots els mons». Sense anar més lluny, «un braç de gitano és una massa batuda farcida de crema

A través del llibre, pretèn fer arribar «la pastisseria d'una manera lògica, sense dificultats»

pastissera o nata muntada». I ara –diu la pastissera– «toca jugar i crear. Al marge de les receptes que ja podem trobar fetes, el que vull és que la gent entengui la pastisseria des de zero». Afegeix que «els gramatges són importants quan estàs parlant de quantitats per un restaurant i d'escandalls. A casa, una recepta no et sortirà malament perquè t'hagis equivocat uns grams en la quantitat d'un ingredient, serà per alguna altra raó que hauràs de trobar», assegura la pastissera.

Records d'infància

«Tots tenim aquella sensació organolèptica que ens recorda a la infància». Així, Gessamí Caramés recopila en el llibre les tradicionals receptes de pastissos, corassons, figures i coc de mel, entre d'altres. Per això, a la *Cala es fan així* «és un apartat

Receptes



Imatge de la recepta de pastissos. M.À. TORRES / A. POLO

INGREDIENTS (10 racions):

- Farina fluixa 250 g
- Oli de gira-sol o d'oliva suau 125 g
- Licor d'anís 40 g
- Mistela 40 g
- Sucre 20 g
- Farcit (uns 400 g): cabell d'àngel, mató, etc.

ELABORACIÓ

1. En un bol a mà barregem els ingredients de la massa i la pastem. Fem boletes de 40 g i les aixafem amb els dits o amb un corró, perquè quedin en forma de cercle. Els omplim amb uns 40 g del farcit i els tanquem com 'empanadilles'.
2. Els passem a una safata de forn plana amb un paper sulfurat i els foregem a 180 °C uns 15', o quan estiguin ben daurats.
3. Quan surtin del forn, els passem per sucre i els deixem refredar.



Recepta de 'minjar blanc' d'arròs. FOTO: M.À. TORRES / A. POLO

INGREDIENTS PER A 6 MOTLLES DE 125 g (6 racions):

- Llet 750 g
- Farina d'arròs 75 g
- Sucre 100 g
- Branca de canyella 1 unitat
- Canyella en pols al gust

ELABORACIÓ

1. En una olla barregem la llet, la farina d'arròs, el sucre i la branca de canyella. Ho portem tot a ebullició a foc suau remenant-ho tota l'estona. Un cop bulli, ho seguim remenant amb el foc a mínim durant 5' més.
2. Retirem la branca de canyella i omplim els motlles amb la barreja. La deixem refredar a temperatura ambient, hi espolssem canyella per sobre i guardem els motlles a la nevera. Al cap de 30 minuts ja ho podem menjar.

imprescindible. Són receptes que jo he fet moltes vegades a casa i les he fet per curiositat personal i per veure si les podia millorar. I no ho he aconseguit mai», assegura la calera qui s'enorgulleix que «són receptes magnífiques tal com són i les he volgut compartir perquè no són fàcils de trobar». Així, per a Gessamí Caramés, aquestes receptes són «meleta de romer».

Del seu tarannà pastisser en destaca que «una vegada aconsegueixo el que vull, necessito aconseguir una altra cosa. Això és com aquella persona que creu que a la feina ja ho ha donat tot i necessita canviar de treball perquè sent que no evoluciona».

El valor de la qualitat

A la recerca de nous reptes, la tecnologia i la innovació hi juguen un paper fonamental. «Les màquines faciliten molt la feina i ajuden a evolucionar, ja que moltes vegades a mà no pots arribar a tot», assegura, però recorda que «hi ha moltes masses que agraïxen un pastat a mà, sobretot els pans per-

També inclou elaboracions sense gluten, sense lactosa i baixes en sucres i greixos

què el que volen és repòs, mentre d'altres masses necessiten donar-los-hi canya».

En l'univers de la pastisseria, cada vegada més, es valora la qualitat. «La rapidesa i el baix cost econòmic sempre atreuen i són una sortida fàcil, a la que recorem sovint», reconeix Gessamí Caramés, però «quan proves un croissant que està ben fet i un altre que no, a la llarga deixes de menjar el que està mal fet. Al bo un s'acostuma ràpidament».

Paral·lelament, cada cop hi ha més receptes que s'adapten a tota mena de dietes i alimentació. I a les que la pastissera de l'Ametlla de Mar hi dedica també un apartat en el llibre. «Són opcions sense lactosa, sense gluten i baixes en sucres i greixos, com les *cookies* de festuc sense gluten, amb farina d'arròs», destaca Gessamí Caramés.

A més a més, el llibre *Meleta de romer* recull totes les idees culinàries que la pastissera va imaginar durant el confinament com, entre d'altres, un apartat per ocasions especials amb pastissos top i un altre dedicat als *cupcakes*, sense oblidar les galetes, les postres làctiques, els brioiixos d'estos esponjosos, i begudes com l'aigua de mango. Així doncs, Gessamí Caramés assegura que «m'he espremut al màxim» i encoratja a perdre la por a la pastisseria, i que «arrisqueu i canvieu tantes coses com vulgueu de les receptes: un cop entenem la base i el perquè de la preparació, ja podem fer i desfer al nostre gust».